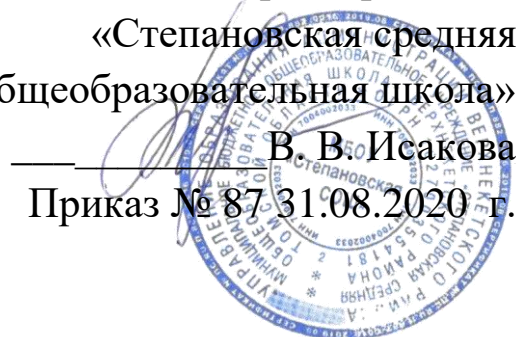


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Степановская средняя общеобразовательная школа»
Верхнекетского района Томской области

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ
«Степановская средняя
общеобразовательная школа»
_____ В. В. Исакова
Приказ № 87 31.08.2020 г.



**Рабочая программа по развитию эмоционально – волевой
сферы ребенка с РАС
(3 класс)**

Программу реализует педагог-психолог:

Аксенова Н.В.

2020 г

Пояснительная записка

Искаженное развитие – это тип дизонтогенеза, при котором наблюдаются сложные сочетания общего психологического недоразвития, задержанного, поврежденного и ускоренного развития отдельных психических функций, что приводит к ряду качественно новых патологических образований. Одним из клинических вариантов этого дизонтогенеза является ранний детский аутизм (РДА) (И.И. Мамайчук, 1998.). Слово аутизм происходит от латинского слова *autos* –сам и означает отрыв от реальности, отгороженность от мира.

Эмоциональные перегрузки оказывают непосредственное влияние на соматическое здоровье. И, если взрослый человек может открыто заявить о существующей проблеме, о переживаемых эмоциях, что снижает риск возникновения психосоматических заболеваний, то ребёнку сложно обозначить свои чувства словесно. Кроме этого, психологическое состояние ребёнка тесно связано с эмоциональным микроклиматом в семье. Капризы, упрямство, агрессивность – это те способы, с помощью которых дети «заявляют» о своём неблагополучии. Детские конфликты находят внешнее выражение в нарушениях общих свойств эмоциональной регуляции (предметности, адекватности ситуации, избирательности). Из общего количества эмоциональных нарушений у детей с РАС выделяются острые эмоциональные реакции, окрашивающие конкретные конфликтные для ребёнка ситуации, напряжённые эмоциональные состояния и нарушения динамики эмоциональных состояний. Многие исследователи неоднократно подчеркивают, что эмоциональные нарушения нередко становятся причиной отклоняющегося поведения, приводят к нарушению социальных контактов.

Формирование мотивов и потребностей, волевой регуляции поведения, самооценки, мировосприятия является естественным продолжением раннего аффективного развития ребёнка.

Пластичность высшей нервной деятельности ребёнка, незавершённость становления устойчивой структуры личности, податливость дошкольника по

отношению к воспитательным воздействиям служат надёжным гарантом эффективности своевременной психокоррекционной работы.

Вид программы и её направленность

Представленная коррекционно-развивающая программа ориентирована на работу с детьми с РАС, имеющими нарушения в развитии эмоционально-волевой сферы, и является одним из компонентов в системе психолого-педагогического сопровождения детей данной категории.

У значительной части детей, страдающих РАС, интеллектуально-познавательная недостаточность является вторичной, обусловленной нарушениями, так называемых предпосылок интеллекта: памяти, внимания, работоспособности, речи, эмоционально-волевых и других компонентов формирования личности.

При реализации программы используются методы и техники

- Сказкотерапия как метод, позволяющий на материале сказки восстановить адекватное поведение ребёнка.
 - Психодинамическая медитация как приём сказкотерапии, связанный с движением в определённом образе (состоянии) и позволяющий сбалансировать психику и накопить энергию.
- Игровая терапия – метод, использующий ведущую деятельность дошкольника для оказания психологической помощи детям, испытывающим трудности в развитии и для оптимизации психического развития.
 - Подвижные игры с правилами, основным содержанием которых является воспроизведение заданного образца и игровые упражнения на саморегуляцию.
 - Результативные игры – цель которых в достижении результата, «тестирующего» уровень развития определённой способности, умения, навыка ребёнка.
- Психогимнастика как метод, направленный на развитие и коррекцию различных сторон психики ребёнка.

– Психомышечная релаксация – техника саморасслабления.

Цели и задачи

Цель программы – укрепление эмоционального благополучия ребёнка, стабилизация эмоционального состояния.

В процессе работы по достижению цели решаются следующие **задачи**:

- снизить эмоциональное и телесное напряжение;
- формировать навыки саморасслабления;
- формировать адекватную самооценку;
- развивать коммуникативные навыки;
- развивать произвольную регуляцию поведения;
- развивать слуховое, зрительное внимание, способность к концентрации внимания;
- развивать воображение.

Практическая значимость

Практическая значимость данной программы заключается в оказании помощи детям в достижении эмоциональной устойчивости, в стабилизации эмоционального состояния, актуализации и раскрытии ресурсов детской психики. Реализация данной программы обеспечивает проработку эмоционально-личностных проблем детей. По завершении занятий у участников группы наблюдаются позитивные изменения в развитии эмоционально-волевой и коммуникативной сфер: они приобретают уверенность в себе, своих действиях, снижается проявление импульсивности в поведении, формируется способность к концентрации внимания, раскрывается творческий потенциал.

Участники программы: дети с РАС коррекционно-развивающей направленности (дети 6-8 лет) с заключениями ПМПК: нарушение эмоционально-волевой сферы.

Программа построена по следующему алгоритму:

- I блок «Проработка телесных зажимов посредством психомышечной релаксации и психодинамической медитации»
- II блок «Развитие коммуникативных навыков»
- III блок «Развитие познавательной сферы»

Такая форма проведения занятий помогает в комплексе решать проблемы развития эмоционально – волевой и познавательной сфер. Занятия проводятся в соответствии с намеченным графиком.

Занятия проводятся 1 раз в неделю (33 занятия в год) и продолжительностью 30-35 минут.

Учебно-тематический план

№ занятия	Краткое содержание занятия	Всего часов	Дата по плану	Дата по факту
1-7	<p>Вводная часть: Приветствие. Переход в «волшебный лес» (мостик).</p> <p>Основная часть: I. 1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных.</p> <p>II. 1. Игра «Делай, как я» 2. Игра «Дятел» 3. Игра «Тихий колокольчик»</p> <p>III. Психомышечная тренировка: 1. Лицо загорает 2. Игра с муравьем</p> <p>Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».</p>	7 часа		
8-14	<p>Вводная часть: Приветствие. Переход в «волшебный лес» (мостик).</p> <p>Основная часть: I. 1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных: кошка, змея, лев. Птица.</p> <p>II. 1. Игра «Дятел» 2. Игра «Самый ловкий наездник» 3. Игра «Слушай музыку»</p> <p>III. Психомышечная тренировка: 1. Лицо загорает 2. Солнышко и тучка</p> <p>Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».</p>	7 часа		
14-20	<p>Вводная часть: Приветствие. Переход в</p>	7 часа		

	<p>«волшебный лес» (тоннель).</p> <p>Основная часть:</p> <p>I. 1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных: черепаха, кошка, жираф. Птица.</p> <p>II. 1. Игра «Скучно так сидеть» 2 Игра «Кто за кем».</p> <p>III. Психомышечная тренировка: 1. Игра с песком 2. Ветер, дождь и гром</p> <p>Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».</p>			
21-27	<p>Вводная часть: Приветствие. Переход в «волшебный лес» (тоннель).</p> <p>Основная часть:</p> <p>I. 1. Психодинамическая медитация. Погружение в стихии. Земля.</p> <p>II. 1. Игра «Флажок» 2 Игра «Смелые наездники» 3 Игра «Тихий колокольчик»</p> <p>III. Психомышечная тренировка: 1. Лицо загорает 2. Игра с муравьем</p> <p>Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».</p>	7 часа		
28-36	<p>Вводная часть: Приветствие. Переход в «волшебный лес» (радуга).</p> <p>Основная часть:</p> <p>I. 1. Психодинамическая медитация. Погружение в стихии. Земля.</p> <p>II. 1. Игра «Дятел» 2 Игра «Слушай музыку» 3 Игра «Горячая</p>	9 часов		

	картошка» Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».			
37-44	Вводная часть: Приветствие. Переход в «волшебный лес» (радуга). Основная часть: 1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных: черепаха, кошка, змея, медведь. 1. Игра «Полоса препятствий» Психомышечная тренировка: 1.Медвежата в берлоге 2.Игра с шишками 3.Отдых Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».	8 часа		
45-52	Вводная часть: Приветствие. Переход в «волшебный лес» (канат). Основная часть: 1. Психодинамическая медитация. Погружение в стихии. Земля. 1.Игра «Делай, как я» 2.Игра «Флажок» 3.Игра «Тихий колокольчик» Психомышечная тренировка: Медвежата в берлоге Игра с шишками Отдых Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».	8 часа		
53-60	Вводная часть: Приветствие. Переход в «волшебный лес» (канат). Основная часть:	8 часа		

	<p>1.Психодинамическая медитация. Волшебная паутинка.</p> <p>1.Игра «Дятел» 2.Игра «Смелые наездники»</p> <p>Психомышечная тренировка:</p> <p>1.Лицо загорает 2.Игра с муравьем</p> <p>Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».</p>			
61-68	<p>Вводная часть: Приветствие. Переход в «волшебный лес» (тоннель).</p> <p>Основная часть: 1. Психодинамическая медитация. Перевоплощение в животных: черепаха, кошка, змея, медведь. 1«Скучно так сидеть» 1 Игра «Кто за кем?»</p> <p>Психомышечная тренировка:</p> <p>1.Медвежата в берлоге 2.Игра с шишками 3.Отдых</p> <p>Заключительная часть: Выход из «волшебного леса».</p>	8 часа		
ИТОГО:		68 занятий		

Содержание занятий

Занятие 1-4

Задачи:

- Снизить эмоциональное и телесное напряжение;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: стулья (можно разной высоты), поставленные в мостик, карандаш, колокольчик, запись «Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа».

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия: участники группы складывают ладошки одну на другую.

Ребята, мы отправляемся в путешествие в волшебный лес. Для того чтобы попасть в лес, нам необходимо пройти по мостику. Проходим аккуратно по мостику, по одному.

Основная часть

I. 1. Психодинамическая медитация *(звучит запись звуков природы)*

Вы в сказочном лесу. В этом лесу живёт много разных зверей: бегают зайцы, ищут пищу волки, крадутся лисички, пробираются медведи. А теперь превращаемся в сказочных птиц и летим, свободно машем крыльями. У нас сильные и крепкие крылья. Птицы летят свободно и легко.

С высоты полёта птицы увидели красивую поляну, на которой можно поиграть.

Садимся в круг на ковёр.

II. 1Игра «Делай как я»

Повторяйте за мной движения рук. *(Повтор 4 – 5 раз).*

2 Игра «Дятел»

В лесу живёт волшебная птица – доктор. На весь лес раздаётся стук длинного клюва по стволу: это дятел достаёт вредных насекомых длинным клювом из дерева. *Пример, как может стучать дятел.* Сейчас, послушайте, как может стучать эта птица – доктор и постарайтесь повторить так же.

2 Игра «Тихий колокольчик»

Сядьте в круг. Мы попробуем с вами поиграть в одну красивую игру, в которой действовать надо очень осторожно. Одному из вас я дам колокольчик, и он должен отнести его, пройдя по кругу, ребёнку, который сидел рядом с ним, так, чтобы колокольчик не издал ни одного звука. Мы все будем сидеть тихо – тихо, чтобы услышать даже самый слабый звук. Когда вы подойдёте к этому ребёнку, то должны остановиться, позвонить в колокольчик и передать его своему соседу. И так далее, пока каждый из вас хотя бы один раз не пройдёт по кругу с колокольчиком. Конечно, может так случиться, что колокольчик зазвучит, пока вы идёте, тогда остановитесь и подождите, пока он утихнет ... и идите дальше медленно и осторожно, чтобы на оставшемся пути колокольчик больше не звучал, был тихим.

III. Психомышечная тренировка

1 Лицо загорает *(на расслабление мышц лица)*

На полянке можно позагорать: лучики солнца согревают наше лицо, одну щеку подставляем солнышку, другую (2 – 3 раза).

2 Игра с муравьём *(на напряжение и расслабление мышц ног)*

На пальцы ног залез муравей и бегаёт по ним. Он такой маленький, что рассмотреть его можно только натянув на себя носки. С силой натянуть носки на себя, ноги напряжённые, прямые. Оставить носки в этом положении. Представьте, какого цвета муравей сидит на ваших ногах. *(Дети говорят цвета.)* Такой маленький, а кусается. Сбросьте муравья с пальцев ног, пусть ползёт по своим делам. Носки идут вниз – в стороны, расслабить ноги: ноги отдыхают *(повторить игру 2 – 3 раза)*.

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу? *(Ответы детей)*.

Выходим из леса также как и вошли, по мостику.

Выполняем ритуал прощания: участники группы складывают ладошки одну на другую.

Занятие 5-8

Задачи:

- Снизить эмоциональное и телесное напряжение;
- развивать акустическое внимание;
- формировать навыки саморасслабления и саморегуляции.

Оборудование: стулья, поставленные в мостик (можно разной высоты), обручи по количеству детей, карандаш, запись «Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа», записи пьес В. А. Моцарта «Турецкое рондо» из фортепианной сонаты А. Ф. Шопена «Вальс».

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия.

Ребята, мы отправляемся в путешествие в волшебный лес (см. занятие № 1).

Основная часть

I. 1 Психодинамическая медитация (*звучит запись звуков природы*)

Вы в сказочном лесу. В этом лесу живёт много разных зверей. Гуляют кошки: встаньте на колени, руки перед собой. Спину прогнуть. Медленно поднимите шею. Кошки отдыхают. Перед кошкой пробежал ёжик, кошки рассердились: вдохнули, выгибая спину вверх. Опустите подбородок на грудь. Выдохните. Ёжик убежал и кошки успокоились. На вдохе кошки изгибают спины, приподняв подбородок вверх. Посмотрите вверх и коснитесь животом пола. Вытяните руки перед собой. *Повторить 2 – 3 раза. Требуется индивидуальная работа с детьми по отработке дыхания и движений.*

Ползают змеи: лягте лицом вниз на ковёр. Вытяните руки вдоль тела, лоб касается пола. Делаем вдох и медленно поднимаем голову. Положите руки на подбородок. Локти разведите в стороны. Делаем выдох и вытягиваем руки перед собой, поднимите голову и выгните спину. На выдохе шипим как змея. *Повторить 2 раза.* Змеи шипят и извиваются по полу, вытягивая и удлиняя подвижное тело.

А теперь превращаемся в сказочных птиц и летим, свободно машем крыльями. У нас сильные и крепкие крылья. Птицы летят свободно и легко.

С высоты полёта птицы увидели красивую поляну, на которой можно поиграть.

Садимся в круг на ковёр.

II. 1 Игра «Дятел»(см. занятие № 1)

2 Игра «Самый ловкий наездник»

По комнате в случайном порядке расставлены стулья. «Наездники» садятся на стулья лицом к спинке. Когда заиграет музыка, все встают со стульев и начинают скакать по комнате, подражая движениям лошади. В это время ведущий убирает один стул. С

окончанием музыки дети должны сесть на стулья, но обязательно лицом к спинке. Оставшийся без стула выходит из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется всего один стул для самого ловкого наездника.

3 Игра «Слушай музыку»

Давайте равномерно распределим обручи по всей комнате. Положите их на пол так, чтобы оставалось достаточно места для прохода.

Сейчас я включу музыку. Пока она звучит, танцуйте где хотите, но не заступайте за обручи. Когда музыка остановится, прыгните в ближайший обруч и замрите, будто вас заморозили

III. Психомышечная тренировка

1 Лицо загорает *(на расслабление мышц лица)*

См. занятие № 1

2 Солнышко и тучка *(на напряжение и расслабление мышц туловища)*

Хорошо на полянке загорать. Но вот солнце зашло за тучку, стало свежо – сжаться в комоч, чтобы согреться *(задержать дыхание)*. Солнце вышло из – за тучки, жарко – расслабиться – разморило на солнце *(на выдохе)*. *Повторить игру 2 – 3 раза.*

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу?*(Ответы детей)*.

Выходим из леса по мостику.

Выполняем ритуал прощания (см. занятие № 1).

Занятие 9-12

Задачи:

- формировать адекватную самооценку;
- развивать произвольное внимание;
- формировать навыки саморасслабления.

Оборудование: стулья и столы, поставленные в тоннель, запись «Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа», запись пьесы К. Сен-Санса «Карнавал животных».

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия (см. занятие № 1).

Ребята, сейчас мы отправляемся в путешествие в волшебный лес. Сегодня для того чтобы попасть в лес, нам необходимо проползти по тоннелю. Ползём на животе.

Основная часть

I. 1 Психодинамическая медитация *(звучит запись звуков природы)*

Вы в сказочном лесу. В этом лесу живёт много разных зверей. Живут маленькие

черепахи. Черепашки очень любознательные, но, к сожалению, очень пугливые. Как только они слышат громкий шум, они тут же прячутся в панцирь. Поднимите плечи вверх, а подбородок надавите на грудь ...

Когда всё становится спокойно, черепашки медленно вытягивают шею из панциря. Поднимите голову медленно наверх и вытяните шею ... Опустите плечи и поворачивайте головой в разные стороны. Посмотрите вокруг своими черепашьими глазами: убедитесь, что вы находитесь в безопасности ...

Я хлопну в ладоши. Когда вы услышите этот громкий звук, быстро прячьтесь в панцирь.... (*Громко хлопните*).

А теперь снова всё спокойно, и вы можете медленно выбраться из панциря, вытянуть шею, опустить плечи и осмотреться.

По лесу прогуливаются кошки (*см. занятие № 2*).

А теперь превращаемся в сказочных птиц и летим, свободно машем крыльями. У нас сильные и крепкие крылья. Птицы летят свободно и легко.

С высоты полёта птицы увидели красивую поляну, на которой можно поиграть.

Садимся в круг на ковёр.

II. 1 Игра «Скучно так сидеть»

Играющие сидят на маленьких стульях. У противоположной стены стоят стулья. *Ведущий говорит:*

Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга всё глядеть;

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться?

Как только стихотворение заканчивается, детям необходимо быстро перебежать и сесть на стулья, стоящие у противоположной стены.

2 Игра «Кто за кем?»

По комнате в случайном порядке расставлены стулья. *Звучит музыка.* Один ребёнок, которого вызвал ведущий, ходит между стульями и, услышав слово «Стоп», садится на ближайший свободный стул. Ведущий вызывает следующего, и тот повторяет действия предыдущего ребёнка.

Когда все дети сядут на стулья, ведущий предлагает детям по очереди вставать и идти на прежнее место. Поднимаются дети в таком порядке, как их вызывал в начале игры ведущий.

3. Игра «Ветер, дождь и гром»

Сядьте в круг на пол. Каждый должен в точности повторять то, что я буду делать.

Мы поиграем в игру, которая называется «Ветер, дождь и гром». Сначала я буду

тереть ладони друг о друга – это ветер...

Теперь я буду мягко хлопать руками по коленям – это дождь...

А сейчас я буду попеременно стучать ногами по полу – это гром...

Каждое из этих трёх действий совершайте приблизительно в течение минуты. Закончите игру, перевернув первоначальную последовательность, чтобы погода успокоилась.

Положите руки на колени и закройте глаза. Представьте красивую радугу (15 секунд).

Теперь вы можете открыть глаза и поаплодировать себе за то, что вы так хорошо справились с этим заданием.

III. Психомышечная тренировка

1 Игра с песком *(на напряжение и расслабление мышц рук)*

Набрать в руки воображаемый песок. Сильно сжав пальцы в кулак, удержать песок в руках. Посыпать колени песком, постепенно раскрывая пальцы. Стряхивать песок с рук, расслабляя кисти и пальцы. Уронить бессильно руки вдоль тела: лень двигать тяжёлыми руками. *Игру повторить 2 – 3 раза.*

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу? *(Ответы детей).*

Выходим из леса по тоннелю. Ползём на животе.

Выполняем ритуал прощания (см. занятие № 1).

Занятие 13-16

Задачи:

- развивать воображение;
- развивать зрительное внимание;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: стулья и столы, поставленные в тоннель, колокольчик, флажок, запись «Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа», записи пьес Ф. Шопена «Вальс», Полонез «Военный»

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия (см. занятие № 1).

Ребята, сейчас мы с вами отправляемся в путешествие в волшебный лес. Для того чтобы попасть в лес, нам необходимо проползти по тоннелю. Ползём на животе.

Основная часть

I. 1 Психодинамическая медитация *(звучит запись звуков природы)*

Мы в сказочном лесу. Мы идём по земле. Земля бывает разная. Она бывает сухая и мокрая, горячая и холодная. На земле бывает и трава, и песок, и шишки. А в волшебном лесу всё постоянно меняется. Вот сейчас мы идём по зелёной мягкой травке, она приятно ласкает нам ноги. А теперь вдруг у нас под ногами песок, он становится всё горячее и горячее. Он просто обжигает ноги. Ой! Но вдруг выпал снег. И мы идём по мягкому пушистому, но холодному снегу. И снова всё изменилось в лесу: снег растаял и теперь у нас под ногами лужи. Можно побегать по тёплым лужам. Лужи высохли и перед нами лесная тропка, усеянная шишками да иголками. Они щекочут и покалывают наши ноги.

Тропка привела нас на поляну, где мы можем поиграть.

II. 1 Игра «Флажок»

Играющие ходят по комнате под музыку. Когда ведущий поднимет флажок вверх, все дети должны остановиться, хотя музыка продолжает звучать.

2 Игра «Самый ловкий наездник» (см. занятие № 2)

3 Игра «Тихий колокольчик» (см. занятие № 1)

III. Психомышечная тренировка (см. занятие № 1)

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу? *(Ответы детей)*.

Выходим из леса по тоннелю. Ползём на животе.

Выполняем ритуал прощания (см. занятие № 1)

Занятие 17-20

Задачи:

- снять эмоциональное и телесное напряжение;
- развивать способность к сопереживанию;
- развивать акустическое внимание;

Оборудование: дуги из модульного конструктора, карандаш, обручи, картофель (1 шт.), запись «Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа», запись пьесы Ф. Шопена «Вальс».

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия (см. занятие № 1)

Ребята, сейчас мы отправляемся в путешествие в волшебный лес. Для того чтобы попасть в лес, нам необходимо пройти под радугой.

Основная часть

I. 1. Психодинамическая медитация *(звучит запись звуков природы) (см. занятие № 4).*

II. 1 Игра «Дятел» (см. занятие № 1).

2Игра «Слушай музыку» (см. занятие № 2).

3 Игра «Горячая картошка»

Сядьте на пол в круг. У меня для нашей игры приготовлена картофелина. Но она – особенная. Теперь представьте, что эта картофелина очень горячая. Поэтому мы должны передавать её друг другу очень – очень быстро. Если она у кого – то задержится в руках, то мы все представим, что он обжѐг пальцы. И что тогда? Ещё у нас в игре есть стоп – часы. Это ребёнок, который сядет за кругом к нам спиной, и время от времени будет кричать: «Стоп!», когда захочет. Если мы услышали «Стоп!», картошку передавать нельзя, она остаётся у кого – то в руках, и он «обжигается». Для него это настоящая беда. Но, к счастью, мы можем его утешить. Те, кто сидит рядом, обнимут его за плечи, пока ребёнок с картошкой не скажет: «Дальше». И снова быстро – быстро передаём картошку из рук в руки, пока стоп – часы снова не закричат «Стоп!» *Роль стоп-часов исполняют несколько детей, сменяя друг друга.*

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу?*(Ответы детей).*

Выходим из леса под радугой.

Выполняем ритуал прощания (см. занятие № 1).

Занятие 21-24

Задачи:

- снизить телесное напряжение;
- развивать уверенность в себе;
- обучать приёмам саморасслабления

Оборудование: дуги из модульного конструктора (радуга), стулья, запись«Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа»,записьпьес П. Чайковский «Сладкая грѐза», «Песня жаворонка».

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия. См. занятие № 1.

Ребята, сейчас мы с вами отправляемся в путешествие в волшебный лес. Для того чтобы попасть в лес, нам необходимо пройти под радугой.

Основная часть

1. Психодинамическая медитация (см. занятие № 1)

2. Игра «Полоса препятствий»

Маленькие медвежата, гуляя по лесу, наткнулись на бурелом, полосу препятствий. *Используя стулья, столы, кубы создать в комнате полосу препятствий. Необходимо*

пролезть через такую преграду.

3. Психомышечная тренировка

4 Медвежата в берлоге

Осень. Рано темнеет. Медвежата сидят на лесной полянке смотрят вслед уходящей в лесную чащу маме – медведице. Она идёт стелить им кровати в берлоге. Медвежатам хочется спать. Они по одному идут домой, точно придерживаясь следа медведицы. Медвежата забираются в свои кровати и ждут, когда мама – медведица поиграет с ними перед сном. Медведица пересчитывает медвежат. Все на месте, можно начинать игру.

5 Игра с шишками (на напряжение и расслабление мышц рук)

Мама - медведица «бросает» медвежатам шишки. Они ловят их и с силой сжимают в лапках. Шишки разламываются в мелкие кусочки. Медвежата откидывают их в стороны и роняют лапки вдоль тела – лапки отдыхают. *Повторить игру 2 – 3 раза.*

6 Отдых

Мама-медведица спела медвежатам колыбельную, а медвежата, устроившись поудобнее стали дремать. Медведица говорит медвежатам, что сейчас они услышат прекрасную музыку, и, обращаясь к каждому медвежонку в отдельности, рассказывает, какими они будут хорошими, когда проснутся. *(П. Чайковский «Сладкая грёза)* Потом она предупреждает медвежат, что скоро утро и, как только запоёт жаворонок, они проснутся. *(Пауза)* Поёт жаворонок («*Песня жаворонка*»). Дети спокойно и медленно встают. С удивлением и любопытством дети – медвежата выглядывают из берлоги: легли спать осенью, а сейчас весна. Всю зиму, оказывается, проспали медвежата в берлоге. Тянемся к солнышку, потягиваемся.

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу?*(Ответы детей).*

Выходим из леса под радугой.

Выполняем ритуал прощания (см. занятие № 1).

Занятие 25-28

Задачи:

- Снизить телесное напряжение;
- развивать зрительное внимание;
- развивать коммуникативные навыки.

Оборудование: канат, флажок, колокольчик, запись «Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа», запись пьесы Ф. Шопена Полонез «Военный».

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия(см. занятие № 1).

Ребята, сейчас мы с вами отправляемся в путешествие в волшебный лес. Для того чтобы попасть в лес, нам необходимо пройти по канату.

Основная часть

- 1. Психодинамическая медитация** (см. занятие № 5)
- 2. Игра «Делай как я»** (см. занятие № 1)
- 3. Игра «Флажок»** (см. занятие № 4)
- 4. Игра «Тихий колокольчик»** (см. занятие № 1)
- 5. Психомышечная тренировка** (см. занятие № 6)

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу?(*Ответы детей*).

Выходим из леса по канату.

Выполняем ритуал прощания(см. занятие № 1).

Занятие 29-31

Задачи:

- способствовать развитию чувства внутренней опоры, стабильности;
- развивать воображение;
- формировать навыки саморасслабления.

Оборудование: канат, карандаш, обручи, запись«Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа», запись пьесы В.А. Моцарта «Турецкое рондо».

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия (см. занятие № 1.)

Ребята, сейчас мы с вами отправляемся в путешествие в волшебный лес. Для того чтобы попасть в лес, нам необходимо пройти по канату.

Основная часть

1. Психодинамическая медитация

В нашем лесу есть волшебная Паутинка. С помощью паутинки можно делать удивительные превращения. Тому, кто по ней пройдёт, она подарит сильные и крепкие ноги.

Ведущий и помощник (воспитатель) берут ткань двумя руками и натягивают туго. Ткань поднимается над полом на 10 – 15 см. Дети по одному ходят по ней, преодолевая сопротивление ткани.

После ходьбы паутинка может покачать ребёнка. Кто – то из детей оказывается в центре паутинки, садится на неё, и остальные дети вместе с взрослыми

начинают медленно поднимать и покачивать того, кто находится внутри. По очереди все дети могут покачаться на паутинке.

2. **Игра «Дятел»** (см. занятие № 1)
3. **Игра «Смелые наездники»** (см. занятие № 2)
4. **Психомышечная тренировка** (см. занятие № 1)

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу?*(Ответы детей)*.

Выходим из леса по канату.

Выполняем ритуал прощания(см. занятие № 1).

Занятие 32-33

Задачи:

- Развивать произвольное внимание;
- формировать навыки саморасслабления;
- развивать способность к сотрудничеству.

Оборудование: запись «Голоса природы. Утро певчих птиц и дикая природа», запись пьесы К. Сен-Санса «Карнавал животных».

Вводная часть

Выполняем ритуал приветствия(см. занятие № 1).

Ребята, сейчас мы с вами отправляемся в путешествие в волшебный лес. Для того чтобы попасть в лес, нам необходимо пройти по тоннелю.

Основная часть

1. **Психодинамическая медитация** (см. занятие № 1)
2. **Игра «Скучно так сидеть»** (см. занятие № 3)
3. **Игра «Кто за кем?»** (см. занятие № 3)
4. **Психомышечная тренировка** (см. занятие № 6)

Заключительная часть

Наше путешествие в волшебный лес завершается. В какие игры мы сегодня играли в лесу?*(Ответы детей)*.

Выходим из леса по тоннелю.

Выполняем ритуал прощания (см. занятие № 1).

Список литературы

1. Захаров А.И. Детские неврозы (психологическая помощь родителей детям). «Респекс», СПб.: 1995
2. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребёнка. – СПб.: Союз, 1997
3. Зинкевич Т.Д., Михайлов А.М. Волшебный источник. Теория и практика сказкотерапии. – Изд – во «СМАРТ», Санкт – Петербург, 1996
4. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребёнка. Учебное пособие. Российское педагогическое агенство. 1997
5. Левис Ш., Левис Ш.К. Ребёнок и стресс. – СПб.: Питер Пресс, 1996

Приложение № 1

Карта наблюдений. Личностный профиль ребёнка

Фамилия, имя, возраст ребёнка: _____

Дата занятия, № занятия, тема занятия _____

Характеристики поведения, проявляемого на занятии

Пассивность	0-----1-----2-----3-----4-----5-----6	Активность
Отстранённость	0-----1-----2-----3-----4-----5-----6	Вовлечённость
Агрессивность	0-----1-----2-----3-----4-----5-----6	Покладистость Миролюб- вость
Проявление стереотипных действий	0-----1-----2-----3-----4-----5-----6	Проявление творческих действий
Беспокойство, неуверенность , зависимость	0-----1-----2-----3-----4-----5-----6	Спокойствие, уверенность, зависимость
Рассеянность, невнимательн ость, неусидчивость	0-----1-----2-----3-----4-----5-----6	Внимательност ь, сосредоточенн ость

Карту важно заполнять не реже каждого 3 – го занятия (лучше на каждом занятии). Чем чаще заполняется карта, тем более обширный и глубокий материал накапливается, что позволяет быстрее и успешнее решать поставленные задачи.

Карта наблюдений включает в себя 6 шкал, построенных по принципу полярных качеств. Каждая шкала имеет шесть градаций. Отметка «3» показывает отсутствие явной выраженности того или иного качества. Отметки «0, 1» и «5, 6» показывают сильную выраженность того или иного качества.

Например, если ребёнок активно участвует в работе группы, быстро подхватывает идеи, стремится многое делать сам, то по шкале «Пассивность–активность» ставится знак «X» (или точка) около цифры «5». При максимальном выражении качества «6». Если

ребёнок иногда проявляет активность, а иногда остаётся в тени, можно поставить знак «X» около цифры «3». Если ребёнок достаточно активен, но также склонен наблюдать за происходящим, можно поставить «X» около цифры «4». Если ребёнок вял, безынициативен, можно поставить «X» рядом с цифрой «1» или «2».

Важно помнить, что активность или пассивность во многом зависит от состояния ребёнка в данный момент. Даже самые активные и подвижные дети, когда заболевают или оказываются в непривычной обстановке, могут проявлять вялость или пассивность. А внешне замкнутые дети проявляют активность тогда, когда им неинтересно. Поэтому важно накапливать серию наблюдений в разные дни и в разных обстоятельствах.

Шкала **«Отстранённость–вовлечённость»** показывает уровень мотивации ребёнка по отношению к занятиям, его интерес к работе группы. Если ребёнку неинтересно, он не участвует в групповой работе, ноет, капризничает, не проявляет эмоциональной реакции, то можно поставить в этой шкале знак «X» рядом с одной из цифр «0, 1, 2» (в зависимости от выраженности качества). Такая реакция ребёнка, если она не вызвана его болезнью может говорить о том, что для него данный подход или мало- эффективен или задания сложны; или это его личностная особенность.

Шкала **«Отстранённость – вовлечённость»** является одним из серьёзных показателей эффективности работы.

Шкала **«Агрессивность–покладистость»** характеризует уровень внутренней и внешней агрессии ребёнка. Если ребёнок проявляет по отношению к другим разрушительные или запугивающие действия: разрушает что-то сделанное детьми, толкает их, перебивает, кусается, обзывается, унижает – можно поставить «X» рядом с одной из цифр «0, 1, 2». Крайнее проявление покладистости: беспрекословное выполнение указаний других, не считаясь со своими желаниями предпочтениями; страх конфликта, конформизм.

Шкала **«Проявление стереотипных действий–проявление творческих действий»** показывает, отражает динамику развития у ребёнка творческих процессов. В начале занятий некоторые дети могут иметь низкие оценки по этой шкале. В ходе занятий по мере развития творческого мышления и воображения, результаты по этой шкале должны повышаться.

Шкала **«Беспокойство, неуверенность, зависимость–спокойствие, уверенность, независимость»** отражает уровень внутреннего напряжения, тревожности ребёнка. Если ребёнок боится выполнить задание, нервничает в ответственных ситуациях, говорит, что у него ничего не получится, можно поставить знак «X» рядом с одной из цифр «0, 1, 2». Если ребёнок осторожен, выполняет не все задания, а только те, в успешном выполнении которых он не сомневается, можно поставить «X» рядом с цифрой «3». Если ребёнок

достаточно уверен в своих действиях, но всё же постоянно следит за тем, как выполняют задания ведущий и дети, и старается соотносить свои действия с увиденным, можно поставить «X» рядом с цифрой «4». Если ребёнок спокойно и уверенно участвует в работе, выполняет задания самостоятельно и независимо, можно поставить знак рядом с цифрой «5». Если ребёнок самоуверен без достаточных на то оснований, берётся за сложные задания и не справляется с ними, можно поставить знак «X» рядом с цифрой «6».

Шкала **«Невнимательность, неусидчивость (импульсивность)–внимательность, сосредоточенность (рефлексивность)»** отражает степень концентрации внимания ребёнка. Если внимание ребёнка рассеяно, он быстро переключает его с одного на другое, забывает задание, невнимательно слушает, можно поставить знак «X» рядом с одной из цифр «0, 1, 2». В процессе занятий дети становятся более внимательными и усидчивыми. Поэтому оценки по этой шкале у них будут постепенно повышаться.

Отметки на шкалах можно соединить ломаной линией. Эта линия – **личный профиль ребёнка на данный момент времени.**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

Резвых Т.П. / _____ /

«31» августа 2020 года

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета

МБОУ «Степановская СОШ»

Протокол № 1 от «31» августа 2020 г.